

# 國立中興大學學生赴海外研修

## 心得報告

姓名	李 0 寧	學號	7111022020
性別	女	就讀本校系所	國際政治所 二年級
研修學校	布魯賽爾自由大學 (VUB)	研修系所(學程)	亞太研究講座 2023 暑期 實習課程
研修學校獎學金補助 經費	\$ 25376	實際教育部/本校補 助經費 (領取者填寫)	\$105407+\$25376 =130,783
實際花費金額 (新台幣)	學費：\$46000 學雜費：- 住宿費：\$31000 生活費：\$50000 來回飛機票：\$47277 合計：\$174277		
國外修讀學分數	-	薦送學校採認 學分數	-
實際出國日期	112/6/24	實際返國日期	112/7/30

心得內容(最多 5000 字，請附照片 1~3 張)

### 一、 緣起

學海無涯，築夢踏實；以往在學習的過程中我們總是透過書本、課堂上的資料習得知識，雖然是有系統的學習，但難免還是會有抽象之感，因此教育部推出了「學海築夢計畫」，此計畫運用國際合作計畫管道，選送學生赴國外非新南向國家之企業、機構進行職場實習，由薦送學校自行安排實習機構及規劃實習領域，充實實習課程，落實學用合一，加強職涯生活輔導。

所謂「讀萬卷書，不如行萬里路」正是解釋了「學用合一」的重要性，我們讀書、學習、理解，但要如何避免自己成為兩腳書櫥？我認為能「用」是最重要的，倘若只是將知識裝在腦袋裡，卻無法實際運用，學習的過程就失去最大的意義了，所以我認為「學海築夢計畫」給了學生更多的機會，不論是將以往習得的知識真正實踐，抑或是透過真正在國外的職場實習，學習到了以往課本內不會記載的知識，都是能讓學生擴大視野、充實自我的好機會。

本次「學海築夢計畫」的實習國家為在政治、經濟方面都有著深厚底蘊的國家—比利時，比利時不僅為北大西洋公約組織及歐洲聯盟的創始會員國之一，更是世界十大商品進出口國之一，其首都布魯塞爾更是北大西洋公約組織和歐洲聯盟等大型國際組織的總部所在地，因此布魯塞爾也被稱為「歐洲首都」。

本次「學海築夢計畫」係由本所之楊三億教授主導，規劃了一場為期約一個月的跨國實習計畫，而主要內容為參訪歐盟各機構，讓學生在歐洲當地學習國際組織運作模式，透過上課、報告及走訪等過程了解歐洲與各國之國際關係，讓學生對於國際政治有更深入之了解，也讓學生能感受到不同國家的邏輯思考方式差異，以及啟發學生在討論報告時與以往更為不同的切入點。

### 二、 研修學校簡介

### 三、 國外研修之課程學習(課內)

在為期一個月的海外實習計畫中，我認為自己收穫頗豐，在過往的學習歷程中，雖然早已學習過關於歐洲的政治制度、歷史演變，甚至民主運動等等，但透過這次的實地考察，我發現自己對於歐洲的知識層面還有許多需要學習之處，也意識到了之前學到的知識僅是關於歐洲的冰山一角，還有許多值得探索的領域是之前尚未發現的。

歐洲為民主運動的先驅，也有許多臺灣值得學習的地方，例如臺灣人熟知的北歐社會福利政策等，但絕不僅有這些。我認為歐洲聯盟內部的分工也是很值得探討的一部分，例如共同貨幣政策、關稅同盟等。所謂「以史為鏡，可以知興替」，在探討歐盟內部事務的同時，我們可以知曉歷史背景、流變，也可以發現到各項之前從未想過的議題，更可以透過了解他國的歷史，思考未來面對國際事務時的方向，而不再只有單一、大眾化之論點。

我認同並認為這個世界需要多元價值，我們需要更多不同的聲音，才能建構出一個多元化的社會，而臺灣目前也正朝著這個方向努力；歐洲為民主化的先驅，我們可以將歐洲視為目標，朝著多元民主的方向努力，以期臺灣能夠變成一個能接受多元價值、文化的多元社會。雖然所謂「羅馬並非一天造成的」，歐洲今日能成為民主社會的楷模也是歷經了各種犧牲、抗爭及包容，但只要有人開始意識到多元價值的重要性並開始改變，有朝一日一定能向歐洲看齊，甚至望其項背。

### 四、 國外研修之生活學習(課外)

在比利時實習的這一個月我體驗到了不同的生活步調，比起在臺灣的汲汲營營，歐洲的悠閒步調能讓人在學習之餘更有喘息空間。我將國外的實習生活體驗分為「食」、「衣」、「住」、「行」、「育」、「樂」六大類來探討。

首先是「食」的部分，因為本次出國的目的是實習，所以我們在上課的過程中比較常吃學生餐廳的食物，主要為麵包類配上主菜、湯品及薯條，和臺灣最大的不同是在臺灣的主食多為飯和麵。物價的部分比利時就相對高了，學生餐廳平均一餐為6至8歐元，而若是去餐廳用餐，平均消費則為20歐元左右。

比利時的啤酒也可說是舉世聞名，許多人將比利時視為啤酒王國，其釀造工藝追溯久遠。根據比利時荷語區法蘭德斯旅遊局的介紹，中世紀時的飲用水不乾淨，所以修道士、平民們開始改喝一些淡啤酒來替代水，因為啤酒在釀造過程中可以殺死很多細菌，比起不乾淨的飲用水更不易讓人生病。

當時釀製啤酒會往酒裡加一些草本植物以增加口感，後來發現放入啤酒花可以延長啤酒之保存期限，變成主流原料，且每家修道院都各有獨特釀製秘方，使得比利時修道院啤酒聲名大噪。在品嚐比利時啤酒的同時我也了解到更多不同的風土民情，例如比利時人喝啤酒不一定是在晚上，下午也有許多人會坐在露天位置小酌一番；臺灣人多是三五好友晚上相聚在酒吧內暢飲。

再者則為「衣」的部分，比利時天黑的時間較臺灣晚許多，通常是晚上十點才會天黑，早晚溫差也頗大，最特別的地方是比利時的空氣濕度較低，就算天氣熱時，也不會像在臺灣一樣容易流汗而導致皮膚濕黏。「住」的部分則是大家一起訂旅館，和臺灣相距甚遠的地方則是生活機能。在臺灣，可以說是每走三分鐘就有一家超商，半夜肚子餓了也常常有二十四小時營業的小吃店、速食店及便利商店可以選擇；在比利時的住處附近僅有一家連鎖超市，而且走路還需要十分鐘。

在歐洲，「行」的部分都以電車、火車為主，其實在比利時的住處離電車站走路只需要五分鐘，算是方便的了。若是要和臺灣的交通比較的話，臺北捷運尖峰時段二至三分鐘會有一班，而離峰時段我等過最久的頂多十五分鐘，且捷運可以說是遍佈臺北，只要不是太偏僻的地方都能到，而歐洲因為面積廣，所以各地距離較遠，通勤時間也會被拉長，是比較不一樣的地方。

在「育」的部分則是在聽了留學生演講後，讓我得到了對歐洲不同的認識。在去到比利時之前，

我原以為歐洲的生活步調較慢，所以在學習方面應該也會輕鬆愜意，但在聽了留學生演講後，我才了解了歐洲的真正學習方式，例如倘若有科目被當掉，可能要持續考試直到考過為止等，甚至聽說有學生同時有六、七門課要重考，至此我才知道原來在歐洲讀書沒有想像中的輕而易舉。

「樂」的方面則是在閒暇時刻我會去比利時的景點及附近的街道走走，周末時我們也會安排去其他歐洲國家旅行。實習之餘我常會漫步在比利時的街道上，那裡沒有市中心的喧囂，也沒有學校內的吵鬧，取而代之的是零星的市民、悠哉喝啤酒的上班族和總是三五成群的鴿子們。歐洲的步調很慢，身為臺北人的我起初感到疑惑，但隨著待的時間久了，也就慢慢地開始放慢步調，並享受生活了，比起以前的分秒必爭，我更嚮往在歐洲的生活；心靜下來了，心境也就更寬了。

#### 五、 研修之具體效益(請條列式列舉)

在本趟國外實習過程中我們參訪了許多機構，在各個官方組織參訪的過程中，我對於各組織的架構、背景等也有了更深一層的理解，也更加了解到了「溝通」的重要性。長期生活在同個語言的舒適圈之下，我們時常會忽略掉「溝通」的重要性，但在國外實習的這一個月，我們要面對的不僅是普通的參訪、報告，更重要的其實是如何與人溝通。

在本次參訪過程中我發現語言其實就像一把鑰匙，它不一定在所有場合都能幫助到你，但卻可以在你遇到相應的鎖孔時起到雪中送炭的功用。在臺灣，大部分的人用著相同的語言交流，而到了比利時之後我發現大家講的語言各不相同，在參訪過程中因為語言、語速的關係有時會一知半解，也有時理解錯誤，但我認為這是個很好跳脫舒適圈的機會。

人們總是會用自己的思維和邏輯看待事物，但正因為太習以為常了，我們忘了這個世界並不是以我們為準則的，在比利時實習的過程中我發現了跳脫舒適圈的重要性，在這裡我們必須竭盡所能跨越「語言不通」的鴻溝，我認為這就是一個讓我們快速成長的機會。在雙向溝通的過程同時我們也收獲了口語表達能力，以及組織文字架構的能力，雖然有些詞語對我來說還是稍嫌艱澀，但至少我知道自己努力過了，比起過往看待舒適圈以外的事物，那躊躇不前的糾結，我變得更勇敢了一些，在「學海築夢計畫」中我獲得了最彌足珍貴的東西——「勇氣」。

“Courage is rightly esteemed the first of human qualities, because it is the quality which guarantees all others.” 是英國前首相邱吉爾曾說過的一句話，大意为「勇氣是人類最重要的一種特質，倘若有了勇氣，人類其他的特質自然也就具備了」我非常認同這句話，因為我認為勇氣並不是與生俱來的，而是需要經過自我探索及環境刺激才可能習得，而在成長的過程中我們會經歷瓶頸、挫折，導致我們面對抉擇時經常會瞻前顧後，每個人都有不同的際遇，當選擇邁出步伐，跨出舒適圈時才能得到所謂「勇氣」。

「學海築夢計畫」給了我跳脫舒適圈的契機，雖然勇氣是無形的，但對我來說是能終身受用的。在以往的學習過程中遇到瓶頸時，我偶爾也會產生自我懷疑，在學海中感到迷茫，對人生感到惆悵，很感謝當初的自己沒有選擇放棄，才能讓現在的我透過「學海築夢計畫」得到更多意料之外的驚喜，相信我在獲得了勇氣後，面對未來的難關時，必定能夠鼓起勇氣，不再憂慮。

#### 六、 感想與建議

學海無涯，築夢踏實；我認為「學海築夢計畫」正是讓莘莘學子築夢踏實的大好機會，若是沒有教育部的計畫、政府的補助，很多學生可能一輩子只能在課本、網路學習知識，缺乏環境將習得的知識實踐。本次計畫不只可以讓學生的視野更開闊，更能讓學生在不同的環境中學習，讓人了解到學習並非僅有一種方式，也能讓人學到多元文化的價值。

本次實習計畫並非僅是體驗國外職場，更是讓我們和不同國家、學校的學生進行學術交流、語言交流及文化交流的大好機會，且在規劃行程的過程中也需要和同學們進行分工合作，這一趟實習旅程我學到的當然不僅有學術上的知識，也對於不同國家的文化有了更多的認識，在團體生活的過程中學習到了如何相互包容、截長補短，甚至開始學習獨立、跳脫舒適圈，很感謝教育部推行「學

海築夢計畫」，讓我能在這浩瀚無垠的學海中獲得更多資源，一步一步建築我的夢想。

除了感謝教育部推行計劃以外，也要感謝籌備本次計畫的楊三億教授，楊教授為了計畫不遺餘力，除了在出發前給予我們許多關於實習機構的知識，讓我們出國後不至於一頭霧水之外，在生活方面也幫助我們解決許多工作分配的問題，因為楊三億教授的規劃，我們的實習生活才能過得有條不紊。

另外也要感謝前駐比利時代表王萬里教授，教授安排了許多機構參訪、比利時自由大學課程、前外交官演講及留學生演講等，這讓我們對於國際政治領域的認知又更多了一些。在比利時自由大學上課時王教授也時常給予我們實質上的建議和精神上的鼓勵，讓我們的學習過程更加順利。

參加了本次的「學海築夢計畫」後，我學習到了非常多課內、外的知識，所以也由衷鼓勵學弟妹們積極申請「學海築夢計畫」，勇敢地跳脫舒適圈，雖然可能會徬徨、擔心或緊張，但教授和同學們都很願意伸出援手，不論是語言隔閡或是課業問題，都有許多人願意為我們解答，他們都會讓我們知道，在這浩瀚無垠的學海，我不是孤舟，你也不是；所以放心地去築夢吧，學海無涯，築夢踏實。





